

ふれあいサロン

ほっこり広場

マーサ21北館4階

～笑顔がつなぐ地域のわ～

いつでも誰かに会え、楽しい講座が盛りだくさん！
誰でも気軽に立ち寄れる、そんな場所です☆

一人でも
大丈夫！

どこの
地域の方でも！

気軽に立ち
寄ってね☆

ひとりよりふたりだと、
おしゃべりもより楽しいね♪
みんなの笑顔がいっぱいの「ほっこり広場」に
遊びに来てください。
まってま～す☆

ボランティアさん
大募集！

*特典付き！

ほっこり広場

【開催日】

☆毎週 火・木曜日

*詳しくは毎月の予定表をご覧ください

【時間】

☆午前 10:15~12:00

☆午後 13:00~15:00

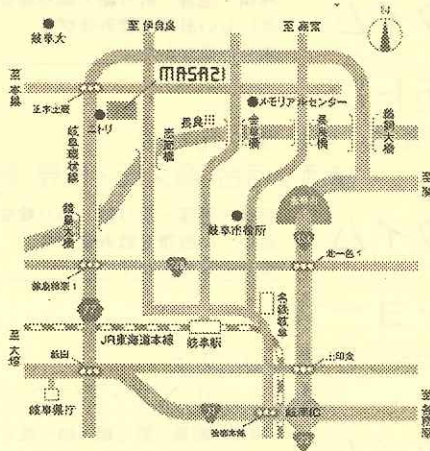
【基本利用料】

☆100円(各回) *飲み物1杯付



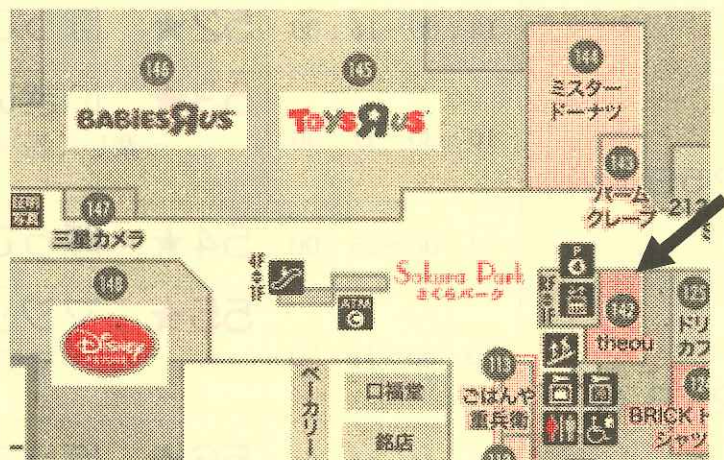
マーサ21アクセス

にっこりバス・さんさんバス・七郷・木田バス
☆コミュニティバスもご利用になれます☆



ほっこり広場へのアクセス

マーサ21店内地図



ミスタードーナツ前
エレベーターで4階へ

【問合せ先】

NPO法人グッドライフ・サポートセンター

TEL: 058-295-3420

ほっこり広場運営協議会

岐阜市社協鷺山支部・鷺山自治会連合会・包括支援センター・カワボウ株

	講座時間	講座内容
7月 4日 (火)	10:30~11:30	41★ 笑いヨガ ～笑うことで健康になりませんか～ 講師：茂益亭蝶代さん
	13:00~15:00	42★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか？
7月 6日 (木)	10:30~11:30 予約してね！	43★ セタかざり作り (定員：20名) 講師：井上恵子先生
	13:00~15:00	44★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか？
7月11日 (火)	10:30~11:30 予約してね！	45★ ボウリングを楽しもう♪ (参加費：500円) ～いい汗かいて元気いっぱい！～ 協力：マーサ21 マーサボウル (申し込み締め切り：7/6 (木))
	13:00~15:00	46★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか？
7月13日 (木)	10:30~11:30 予約してね！	47★ ヤクルト講座 ～体と健康とプロバイオティクス～ 講師：岐阜ヤクルト販売(株)
	13:00~15:00	48★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか？
7月18日 (火)	10:30~11:30	49★ 元気脳♪ ～カロムで遊ぼう(岐阜長良川カロムゲーム)～ 講師：地域包括支援センター
	13:00~15:00	50★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか？
7月20日 (木)	10:30~11:30	51★ 歌とミュージックベルを楽しみましょう♪ 講師：加藤 恵美子氏
	13:00~15:00	52★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか？
7月25日 (火)	10:30~11:30	53★ いきいき筋トレ ～楽しく若々しく健康づくりしませんか～ 講師：河合 輝久氏・鷺見 勝彦氏
	13:00~15:00	54★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか？
7月27日 (木)	10:30~11:30	55★ マジックショー☆ ～マジックを楽しみましょう～ 講師：メルヘン・ファンタジー
	13:00~15:00	56★ ほっこりタイム 将棋・囲碁・折り紙・ぬり絵など おいしいお茶を飲みながら 楽しみませんか？

午後の『ほっこりタイム』では、おいしいお茶をのみながら
囲碁・忍者将棋・折り紙・ぬり絵など楽しみましょう♪